

6ÈME COLLOQUE REGIONAL SSBE

# Le sport en milieu professionnel - une révolution pour la qualité de vie au travail et la responsabilité sociétale des organisations

16 octobre 2025

MAISON RÉGIONALE DES SPORTS TALENCE



En collaboration avec :



En partenariat avec :





**CROS**

**NOUVELLE-  
AQUITAINE**

# 6ème colloque régional SSBE

**09h30** : Accueil café

**10h00** : Ouverture du 6ème colloque

**10h30** : Table ronde : QVCT, APS et accomplissement professionnel -  
quelles stratégies gagnantes ?

**11h30** : Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et des  
collectivités

**12h30** : Cocktail déjeunatoire et animations sportives

**14h00** : Deux temps d'échanges autour de la thématique "Penser  
stratégiquement l'APS au travail"

**16h30** : Fin de la journée





CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

6ème colloque régional SSBE

# Ouverture et prises de parole



# Ouverture et prises de parole



**CROS**  
NOUVELLE-  
AQUITAINE



**Philippe SAÏD**

Président  
CROS Nouvelle-Aquitaine



**Yves JEAN**

Président  
CESER Nouvelle-Aquitaine



**Alain BACHÉ**

Conseiller Régional délégué  
au Développement des  
pratiques sportives  
Région Nouvelle-Aquitaine



**Cécile TAGLIANA**

Directrice Générale adjointe  
Agence Régionale de Santé  
Nouvelle-Aquitaine



**Patrick COLLAS**

Directeur Général Adjoint  
Banque Populaire Aquitaine  
Centre Atlantique

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Ouverture et prises de parole



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

**140 milliards d'euros** : coût annuel de l'inactivité physique en France

**17 milliards d'euros** : coût annuel de la sédentarité en France

**254 milliards d'euros** : économies publiques potentielles grâce au développement de la pratique sportive

**1 euro investi dans le sport = 13 euros économisés pour la société**

En collaboration avec :



En partenariat avec :





CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

6ème colloque régional SSBE

# Quiz ludique



# À vous de jouer



CROS

NOUVELLE-  
AQUITAINE

Rejoindre le jeu à l'adresse **www.kahoot.it**  
ou avec **l'application Kahoot!**

Code PIN du jeu :

**438 1774**



Source : Fondation Travailler Autrement (2023), *Pratique sportive en entreprise, levier de productivité et de compétitivité*  
Source : Solution Sport Entreprise, *Productivité et qualité de vie au travail*  
Source : Goodwill Management / MEDEF / CNOSF, *Études sur le sport en entreprise et engagement des salariés*  
Source : CMVRH, *La sédentarité en milieu professionnel : un défi pour la santé et la productivité*, publié le 24/09/2024

En collaboration avec :



En partenariat avec :







**CROS**  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

6ème colloque régional SSBE

# Table ronde



# Table ronde - 1ère partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## QVCT, APS et accomplissement professionnel - Quelles stratégies gagnantes ?



**Lilian PICHOT**

Professeur des universités,  
sociologue du sport et du travail  
Université de Strasbourg  
Membre fondateur de l'Observatoire  
du Sport en Entreprise



**Pauline ADO**

Athlète de haut niveau  
Surfeuse professionnelle



**Charline PICON**

Athlète de haut niveau  
Médaillée Olympique (voile)



**Anne GREGOIRE**

Manager référent,  
Pôle Communication  
Groupe LA POSTE

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 1ère partie



CROS

NOUVELLE-  
AQUITAINE

**1ère question : "Comment les activités sportives en entreprise et le sponsoring sportif influencent-ils la mobilisation des collaborateurs et la QVCT ?"**



**Lilian PICHOT**

Professeur des universités,  
sociologue du sport et du travail  
Université de Strasbourg  
Membre fondateur de l'Observatoire  
du Sport en Entreprise



**Pauline ADO**

Athlète de haut niveau  
Surfeuse professionnelle



**Charline PICON**

Athlète de haut niveau  
Médaille Olympique (voile)



**Anne GREGOIRE**

Manager référent,  
Pôle Communication  
Groupe LA POSTE

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 1ère partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

2ème question : "Quel est l'impact de l'APS et de l'AP adaptée sur les collaborateurs dans l'entreprise ?"



**Lilian PICHOT**

Professeur des universités,  
sociologue du sport et du travail  
Université de Strasbourg  
Membre fondateur de l'Observatoire  
du Sport en Entreprise



**Pauline ADO**

Athlète de haut niveau  
Surfeuse professionnelle



**Charline PICON**

Athlète de haut niveau  
Médaillée Olympique (voile)



**Anne GREGOIRE**

Manager référent,  
Pôle Communication  
Groupe LA POSTE

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 1ère partie



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

**3ème question : "Dans quelles mesures le sport de haut niveau constitue un repère pour le développement du sport-santé, du bien-être au travail ?"**



**Lilian PICHOT**

Professeur des universités,  
sociologue du sport et du travail  
Université de Strasbourg  
Membre fondateur de l'Observatoire  
du Sport en Entreprise



**Pauline ADO**

Athlète de haut niveau  
Surfeuse professionnelle



**Charline PICON**

Athlète de haut niveau  
Médaillée Olympique (voile)



**Anne GREGOIRE**

Manager référent,  
Pôle Communication  
Groupe LA POSTE

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Pause active



**CROS**  
**NOUVELLE-  
AQUITAINE**



Musique



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



**Mathieu VERGNAULT**

Enseignant APA  
Responsable mission sport santé  
ARS NA



**Hugo VERRON**

Apprenti  
ARS NA



**Christine PONS**

Responsable prévention sécurité au  
travail et formation professionnelle  
MAIRIE D'ARCACHON



**Laurent THIERY**

Directeur Transformation  
BPACA



**Matthieu DURAND-VION**

Consultant RH  
(Recrutements et gestion de carrières)  
GROUPAMA GAN VIE



**Guillaume BRUNEL**

Régional Qualité prévention  
environnement  
EUROVIA



**Stéphane SIMON**

Directeur technique  
BOUYGUES CONSTRUCTION CENTRE  
SUD OUEST

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### COLLOQUE RÉGIONAL SSBE 16-10-2025

SPORT EN MILIEU PROFESSIONNEL - UNE  
RÉVOLUTION POUR LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL ET LA RESPONSABILITÉ  
SOCIÉTALE DES ORGANISATIONS

MISE EN PLACE DE ROUTINES D'ÉCHAUFFEMENTS /  
PAUSES ACTIVES

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

EUROVIA AQUITAINE



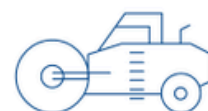
+de  
**1 100**  
Collaborateurs

**14**  
Agences & Secteurs Travaux

+de  
**1 000**  
chantiers / an



Travaux



Production  
industrielle



Matériaux  
et recyclage



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

INTEGRER LA SANTE DANS NOTRE DEMARCHE PREVENTION



POLITIQUE D'ENTREPRISE

DÉMARCHE PRÉVENTION - SANTÉ - SÉCURITÉ

**VIGILANTS  
ENSEMBLE!**



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

INTEGRER LA SANTE DANS NOTRE DEMARCHE PREVENTION



### CONTEXTE & ENJEUX

ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE PHYSIQUE

PRÉVENTION DE L'USURE PROFESSIONNELLE

MAINTIEN DANS L'EMPLOI

ATTENTE SOCIÉTALE



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

DIAGNOSTIC SANTE



### DES INDICATEURS

Restrictions médicales

Accidents du Travail

Maladies Professionnelle

Taux absentéisme



### DES OUTILS

Ex: DiagnoLife – DiagnoForm - DiagnoFood



En collaboration avec :



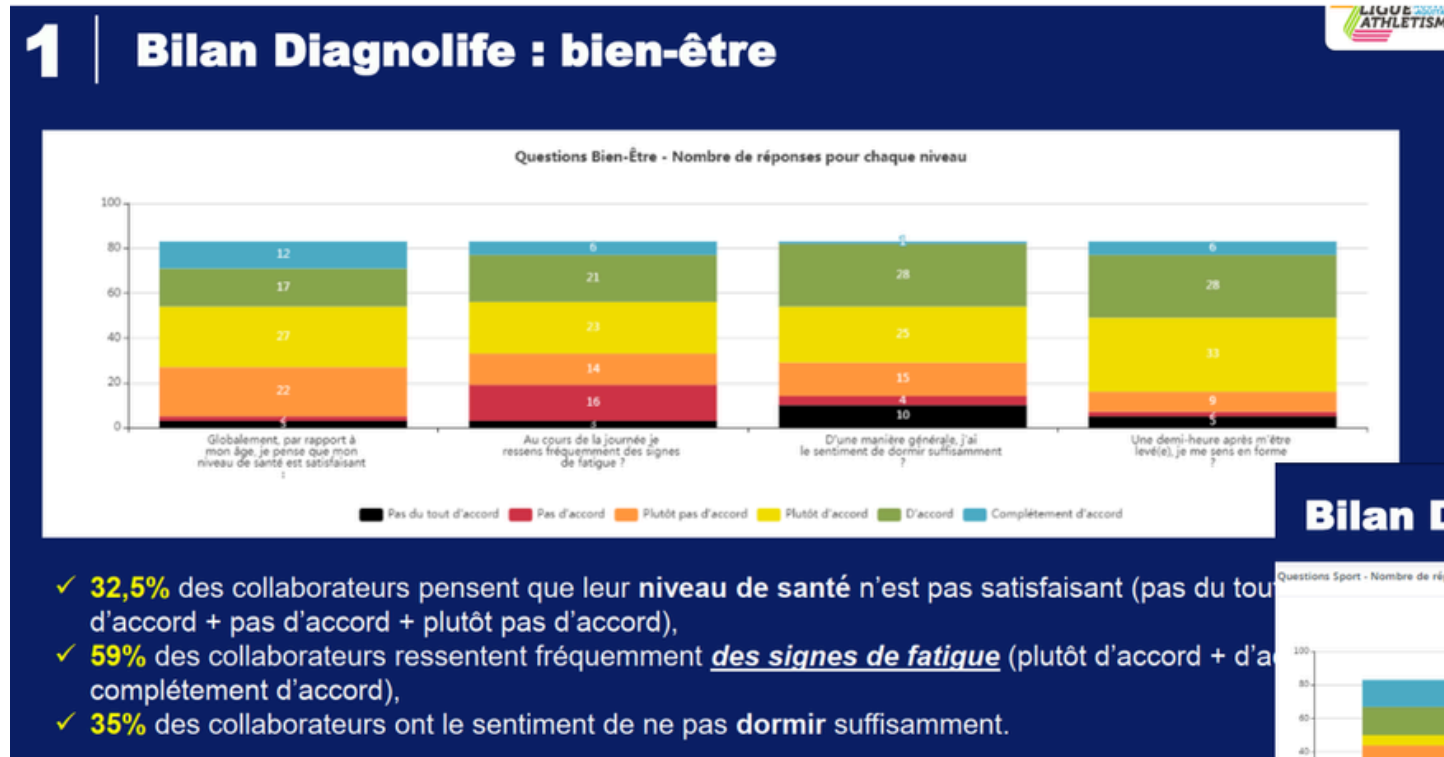
En partenariat avec :



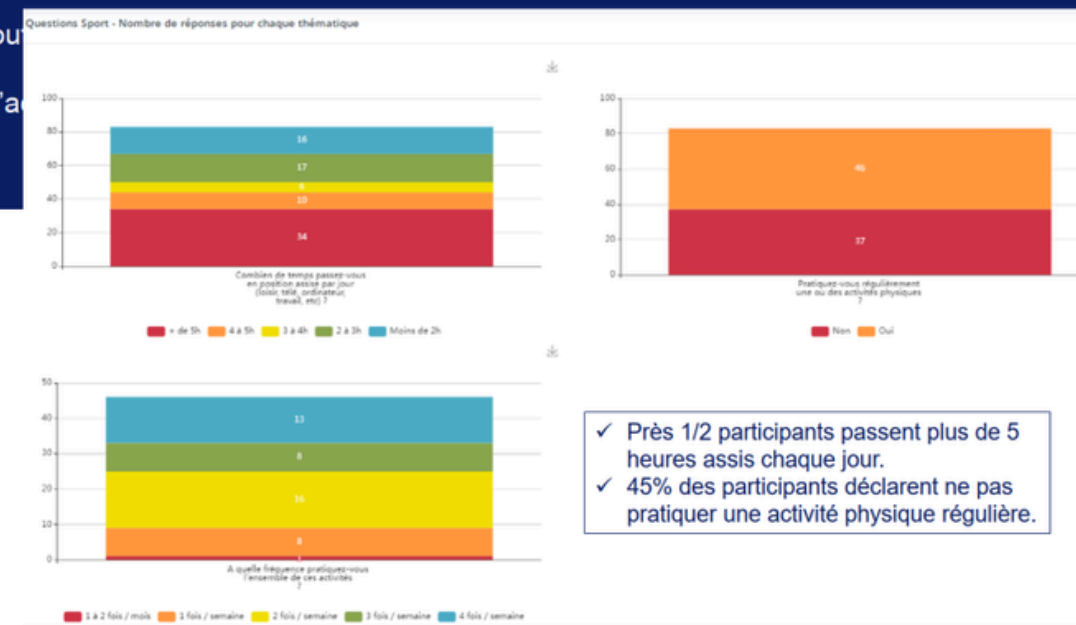
# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### DIAGNOSTIC SANTE



### Bilan Diagnolife



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

MISE EN PLACE DE ROUTINES D'ÉCHAUFFEMENTS / PAUSES ACTIVES



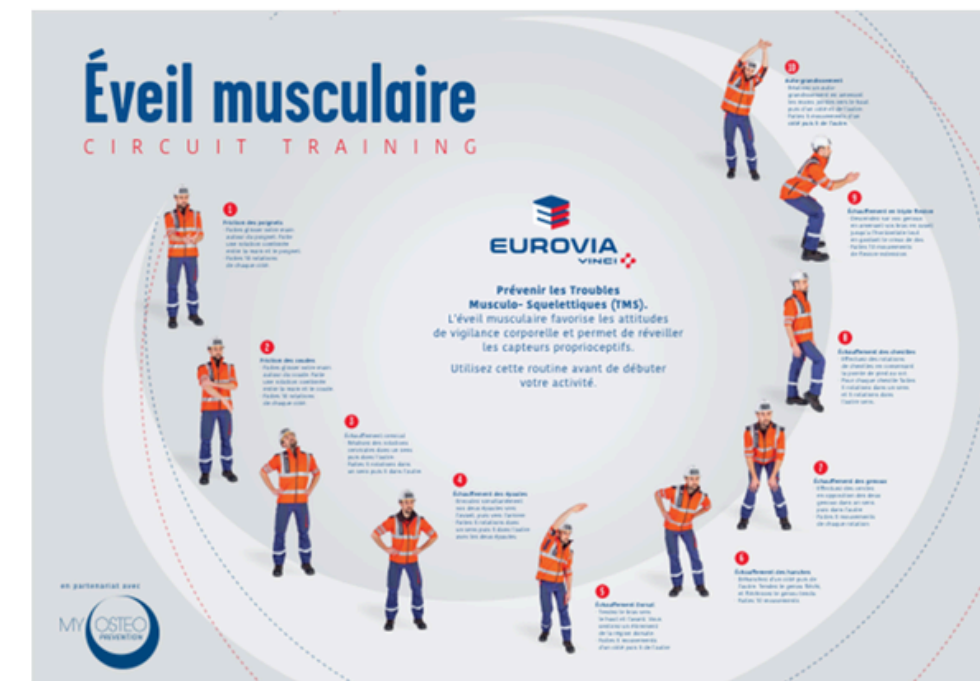
### DÉMARCHE ENCADRÉE

Démarche volontaire des équipes

Exercices définis suite à une analyse et à une observation de l'activité

Des échauffements spécifiques sont proposés pour chaque partie corporelle

Accompagnement / coaching des animateurs => kiné / ostéo / coach sportif



En collaboration avec :

En partenariat avec :

# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

MISE EN PLACE DE ROUTINES D'ÉCHAUFFEMENTS / PAUSES ACTIVES

### ENSEIGNEMENTS DE LA DÉMARCHE

Un « réveil mental », mise en condition des équipes avant la prise de poste

Renforcement de la cohésion d'équipe

Mieux être physique



### EFFET DÉTERMINANT SUR LES TMS, ACCIDENTOLOGIE ?

Thèse en cours de Caitlin Troussier-Thevenot  
(OPPBTP)



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

UNE PARENTHÈSE POUR SOI ...



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### UN PROJET POUR ET AVEC LES AGENTS

1. Clarifier son idée et définir des objectifs
2. Faire un état des lieux
3. Elaborer un budget prévisionnel
4. Trouver des partenaires
5. Communiquer
6. Réaliser
7. Evaluer

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### CLARIFIER SON IDÉE ET DÉFINIR DES OBJECTIFS

#### Point de départ :

Réactions de certains agents lors des audits réalisés dans les unités de travail

- ❖ Prise en compte globale de leurs conditions de travail en y intégrant l'aspect de lutte contre les Risques Psycho-sociaux et en privilégiant une démarche de qualité de vie au travail.

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### RÉALISER UN ÉTAT DES LIEUX

- Des audits réalisés et mis à jour régulièrement
- Un service de médecine préventive
- Un service social
- Des journées cohésion d'équipe
- Des temps de formations
- Des cours de langue

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### UN DIAGNOSTIC POUR MIEUX CERNER LES ATTENTES

- DISTRIBUTION D'UN QUESTIONNAIRE AUPRÈS DE TOUS LES AGENTS DE LA VILLE

	RELAXATION	DIETETIQUE	MARCHES/VISITES	JEUX	PEINTURE	MUSIQUE	CREATION
TOTAL	65	32	42	16	17	17	26

	12H/13H	13H/14H	17H/18H
	16	39	23

LUNDI	23
MARDI	18
MERCREDI	23
JEUDI	16
VENDREDI	23
SAMEDI	6

En collaboration avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### ÉLABORER UN BUDGET PRÉVISIONNEL

- Un budget annuel de 5000 euros
- Un budget exceptionnel de 8000 euros

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### TROUVER DES PARTENAIRES

- PARTENAIRES : EN FONCTION DU DOMAINE D ECOMPETENCE
- COLLABORATEURS : Mise en avant des compétences des agents

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### LES MODES DE COMMUNICATION



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

UN DÉBUT PROMETTEUR ...



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

**CALENDRIER DES ATELIERS DIÉTÉTIQUES**



28 MARS	LUTTER CONTRE LE STRESS ET LA DÉPRIME HIVERNALE DE 12H00 À 13H00
12 AVRIL	MICROBIOTE & MICRONUTRITION : BOOSTER MON ORGANISME DE 12H00 À 13H00
19 AVRIL	ALIMENTATION EN ENTREPRISE : ASTUCES POUR MIEUX GÉRER MON ALIMENTATION DE 14H00 À 15H00
25 AVRIL	MIEUX MANGER C'EST AUSSI MIEUX M'ORGANISER : LE BATCH-COOKING DE 12H00 À 13H00
26 AVRIL	L'ÉVEIL DES SENS : SE FAIRE PLAISIR EN DÉCUPLANT MES SENS ET EN MANGEANT MOINS DE 12H00 À 13H00
28 AVRIL	« HALTES AUX IDÉES REÇUES » JEU PARTICIPATIF QUESTIONS / RÉPONSES - ÉCHANGES ET DÉBATS DE 12H00 À 13H00

**Posturall**

Animés par Morgane BERTAUD  
Diététicienne - Nutritionniste  
D.U Addictologie

Sur inscription - modalités auprès de la RH

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

CALENDRIER DES ATELIERS YOGA

De 12h00 à 13h00

**ATELIERS 1 & 2 :**  
LA YOGA ET LE CORPS

1 - mobiliser le bassin, étirer en douceur pour délier le dos  
2 - renforcement des muscles : sangle abdominale et dos

**ATELIERS 3 & 4 :**  
LE YOGA ET LE STRESS - POSTURES DE RESPIRATION

3 - respiration anti-stress  
4 - yoga, respiration et sommeil

**ATELIERS 5 & 6 :**  
PRATIQUE COMPLÈTE DE YOGA ET INTRODUCTION  
À LA MÉDITATION

5 - postures, respiration et méditation guidée  
6 - pratique complète choisie par le groupe

Animés par Sophie PICCOLO  
Enseignante en Hatha Yoga et Yin Yoga

Posturall

Sur inscription - modalités auprès de la RH

31 MARS  
07 AVRIL  
14 AVRIL  
21 AVRIL  
05 MAI  
12 MAI

En collaboration avec :

En partenariat avec :

# Table ronde - 2ème partie



CROS

NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



Visites guidées de la Ville d'hiver

les mardis du mois de mai

De 17h30 à 19h

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### UNE ÉVOLUTION RÉGULIÈRE DE LA PARTICIPATION

- ATELIERS COURSE À PIED
- SOPHROLOGIE
- DANSE AFRICAINE
- ATELIERS RELAXATION
- ATELIERS PILÂTES
- ATELIERS GYM
- ...

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### UN VRAI ANCRAGE DANS LE TEMPS

- VERS L'ORGANISATION D'UNE JOURNÉE BIEN ÊTRE AU TRAVAIL
- L'ECRITURE DE LA CHARTE DES BONNES RELATIONS AU TRAVAIL

En collaboration avec :



En partenariat avec :

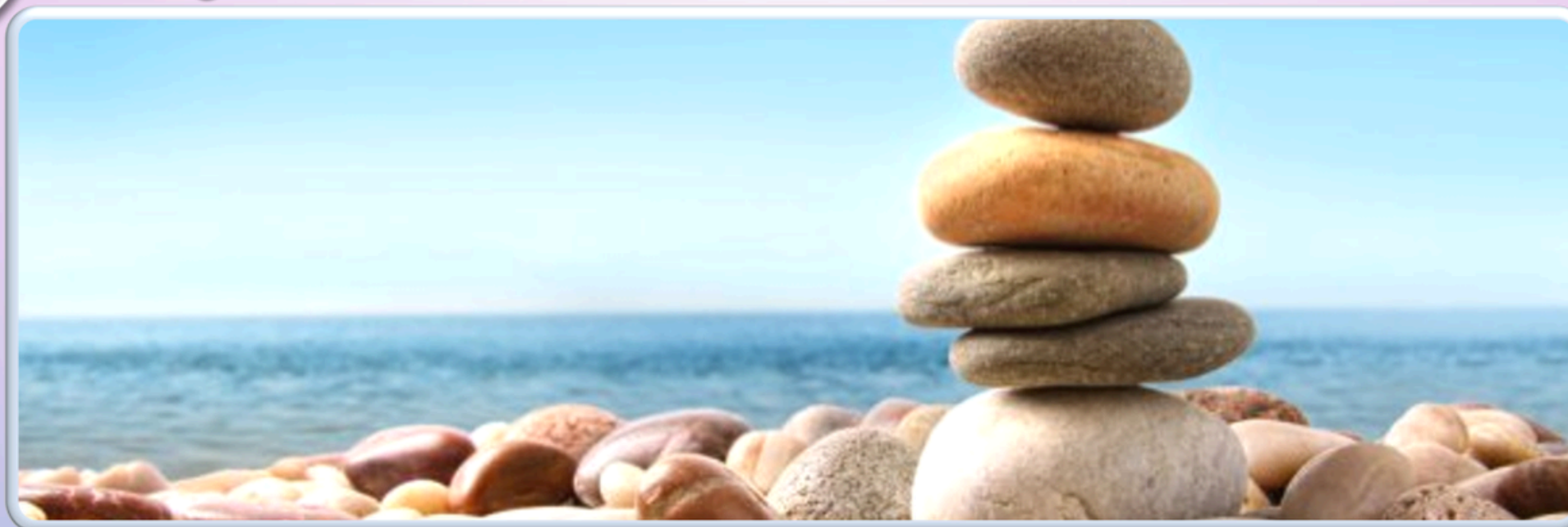


# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



*« le succès, c'est vous aimer vous-même, c'est aimer ce que vous faites et c'est aimer comment vous le faites » - Maya Angelou.*

MERCI POUR VOTRE ATTENTION

En collaboration avec :



En partenariat avec :

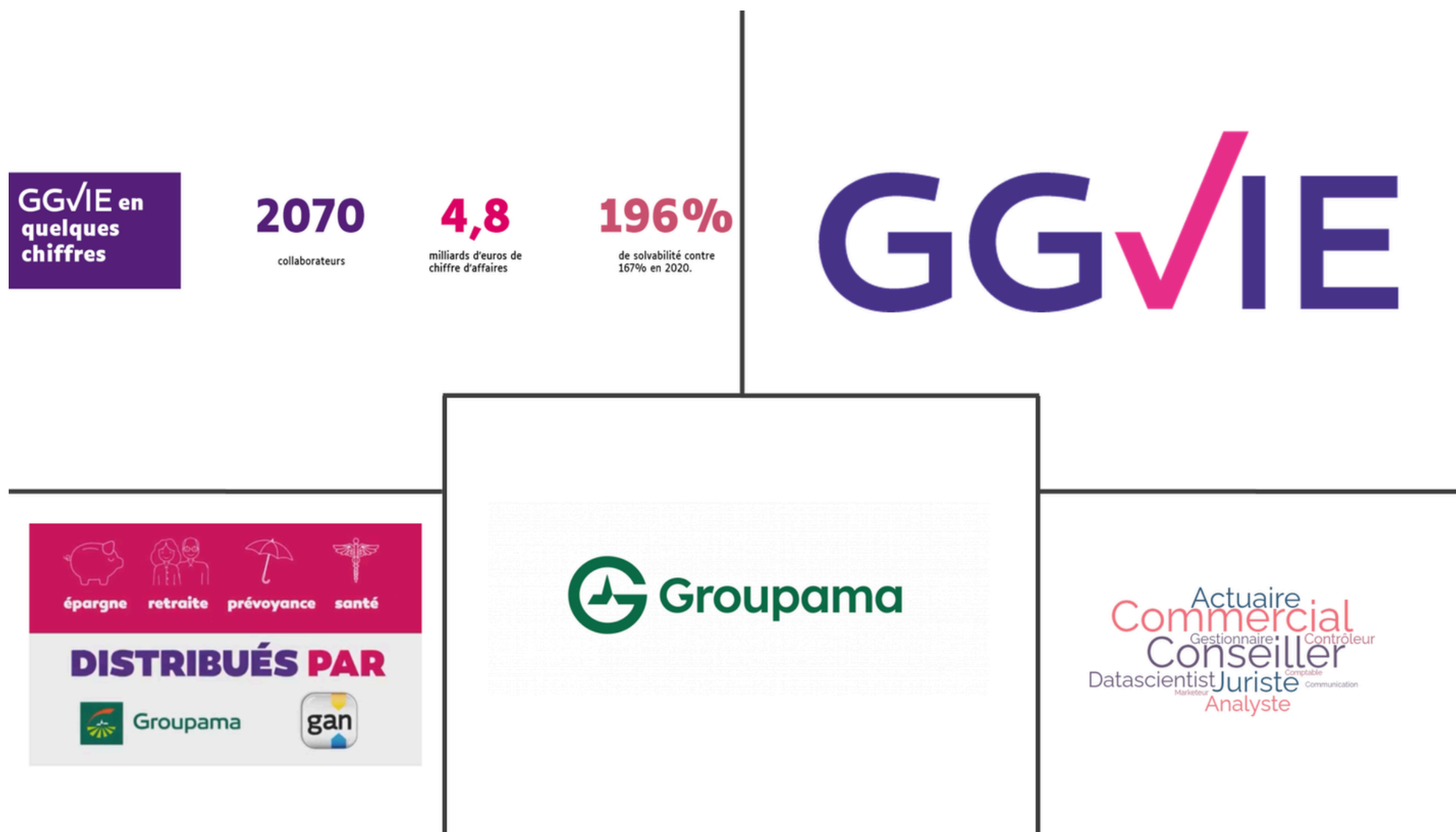


# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### NOS METIERS

#### Assurance



##### Type de poste :

- Gestionnaire
- Actuaire
- Souscripteur
- Rédacteur

#### Commercial



##### Type de poste :

- Technico-commercial
- Inspecteur
- animateur de réseaux

#### Fonction support



##### Type de poste :

- Comptable
- RH
- Contrôleur de gestion
- Chargé de conformité
- Communication
- Marketing

#### Technologie de l'information



##### Type de poste :

- MOA
- Digital



Groupama GG<sup>+</sup>IE



En collaboration avec :

En partenariat avec :

# Table ronde - 2ème partie



## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### ASL Gan (Association sportive du Gan)

Association Sportive pour les collaborateurs (-trices)

- Course à pied
- Yoga, Pilates
- Badminton
- Foot ...



### Participation à des courses de course à pied

**Les foulées de l'assurances** → Au profit de la prévention et de la lutte contre les maladies cardiovasculaires

**La Parisienne** → Axé autour de la femme, du sport, de la santé et du bien-être

**Ruban Rose** → Octobre Rose

**Courses inter entreprises solidaires** (Spécial Olympics)



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Le Tigre

- Un week-end par an
- Tournoi de foot Groupe avec :
  - 18 équipes féminines
  - 26 équipes masculines
  - 1200 collaborateurs du Groupe



Groupama GG<sup>✓</sup>IE

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

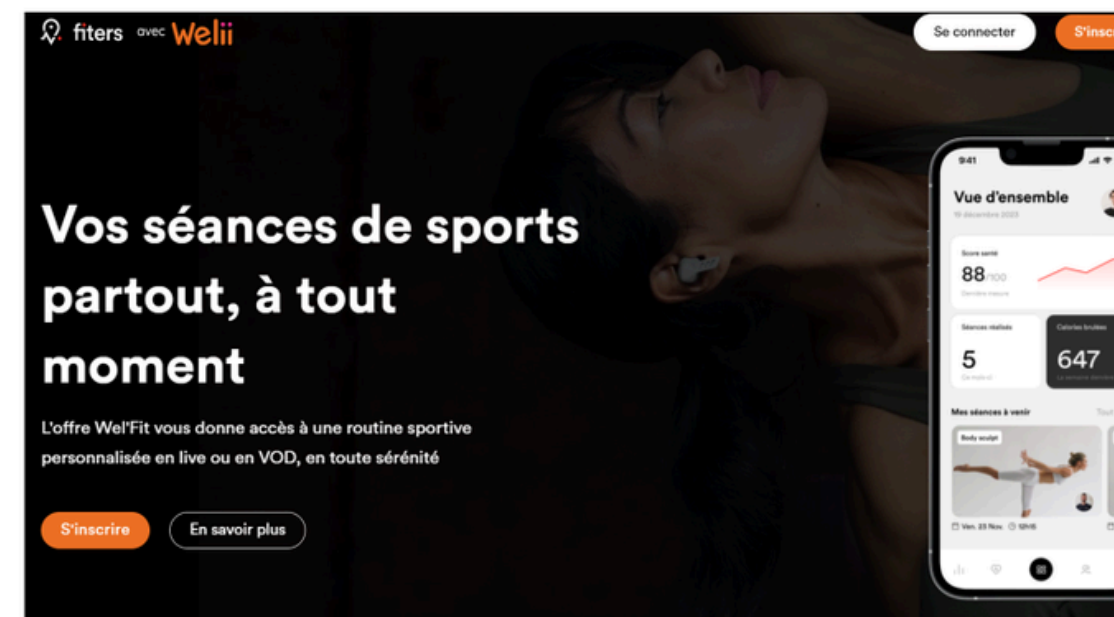


CROS  
NOUVELLE-AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Services aux collaborateurs

**Wel'Fit via la plateforme WELII :** Wel'Fit est une application qui propose une multitude de cours de sport en live ainsi qu'une bibliothèque de plus de 600 programmes VOD, dans l'objectif de contribuer au bien-être des utilisateurs et d'aider à traiter les risques inhérents à la sédentarité, le stress et les troubles musculo-squelettiques.



Application diététique entreprise

**TA Nutrition :** « TA Nutrition » est une application de conseils diététiques. Elle vous accompagne au quotidien pour améliorer vos habitudes alimentaires grâce à des conseils personnalisés, des recettes, des vidéos, des podcasts et des programmes adaptés à vos besoins.



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Services aux collaborateurs

#### Semaine de la QVCT :

Atelier de Sophrologie à distance  
Massages AMMA sur nos 6 sites  
Séances d'ostéopathie

#### Semaine de prévention des maladies cardiovasculaires :

Stand de Prévention  
Journées de dépistage du diabète, cholestérol et hypertension  
Webinaire – Risques cardiovasculaires avec un cardiologue et médecin du sport  
Webinaire TA Nutrition : Bien Manger pour mon coeur



En collaboration avec :



En partenariat avec :



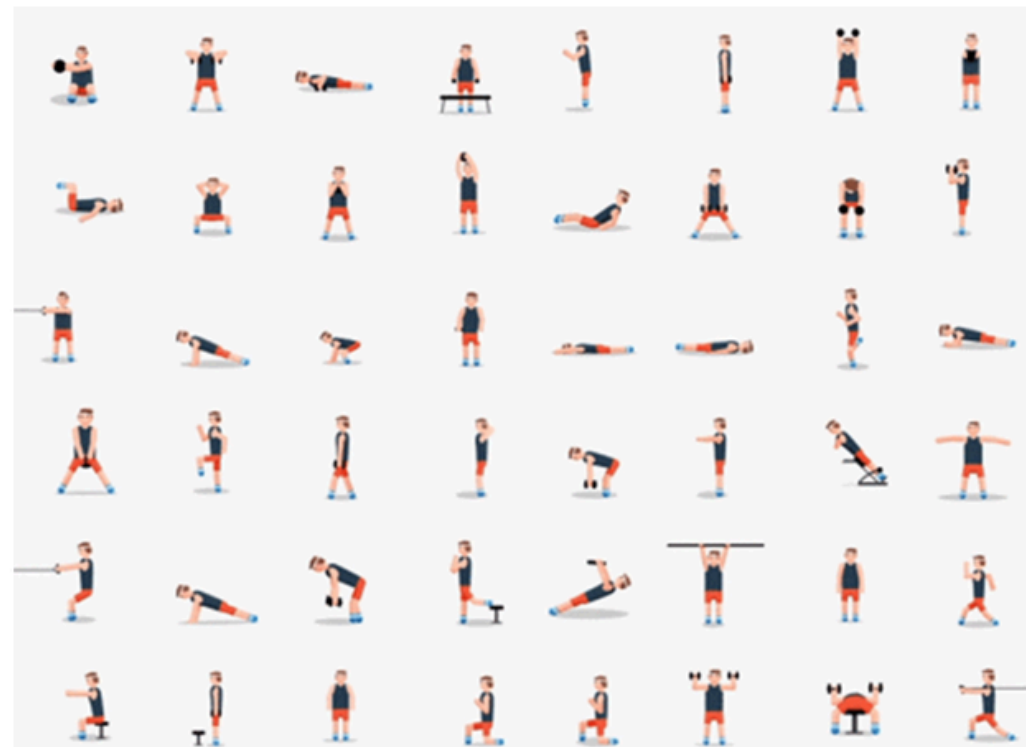
# Table ronde - 2ème partie



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



**Bouge Ton Bureau**

**Actions SQVCT à l'ARS NA**



**Mathieu Vergnault** - Responsable mission sport-santé  
**Hugo Verron** - Apprenti Chargé de mission sport-santé  
[Mathieu.Vergnault@ars.sante.fr](mailto:Mathieu.Vergnault@ars.sante.fr) ; [Hugo.verron@ars.sante.fr](mailto:Hugo.verron@ars.sante.fr)

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### CONTEXTE



840 agents  
13 sites départementaux  
75% de femmes  
Âge moyen **46 ans**  
92% d'agents administratifs (logistique/techniciens)  
83% des agents ont au moins 1 journée de TT / semaine

2023

Volonté du **SG** avec validation et soutien du **CACT** de mise en place de **séances d'AP** pour l'ensemble des agents

En collaboration avec :

En partenariat avec :

# Table ronde - 2ème partie



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### Les actions de l'ARS NA

#### Initiative pour bouger plus : Bouge ton Bureau



#### Initiative pour bouger différemment : Roule au Bureau



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



Des résultats mitigés



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



Tout le monde participe !



**2024 – 630 séances**

10 % des agents se sont inscrits à au moins une séance

21% des séances n'avaient aucune inscription



Disponibilités des agents  
Charge de travail  
Intérêt pour la démarche

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### Le collectif créé du lien social

« Je ne souhaite pas **transpirer** devant mes collègues »  
« Je suis mal à l'aise à l'idée de pratiquer avec des collaborateurs ou supérieurs »



Crainte du regard des autres  
Ambiance dans les équipes  
Regard des supérieurs  
Culture de l'administration  
Croyances autour de l'AP



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### La pratique visio est une solution



3,6% d'inscription à cette modalité  
Réponse aux agents souhaitant pratiquer au domicile

Disponibilités des agents / Charge de travail  
Intérêt pour la démarche  
Non volonté de pratiquer avec des agents inconnus



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### Les pratiques s'organisent toute l'année

**2 sessions de 3 mois** sur l'année  
(mars – juin & septembre – décembre)



Enveloppe financière  
Disponibilité des professionnels



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### Facile de lutter contre la sédentarité



**Déploiement de 31 vélo-bureau (FIACT)**  
Réponse aux agents souhaitant travailler autrement  
Challenge  
Acculturation

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



CONCLUSION



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



### Court terme :

Multiplier les opportunités pour **bouger mieux**

Temps de travail à **organiser autour de l'AP**

Responsabilisation des **managers**

Acculturation des agents à la pratique **encadrée, libre**

**Sport ≠ AP**

### Moyen terme :

**Mutualisation** inter-structures



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités



Merci de votre attention

Des questions ?



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS

NOUVELLE-  
AQUITAINE

Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

**BOUYGUES  
CONSTRUCTION**  
BUILDING FOR LIFE

**COLLOQUE SPORT  
SANTÉ  
Sport en Entreprise**  
**16 Octobre 2025**

**BOUYGUES  
BATIMENT**  
CENTRE SUD-OUEST

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

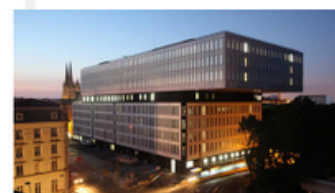
### BOUYGUES BATIMENT Centre Sud Ouest



#### 4 pôles d'activités



**HABITAT**  
NEUF OU RÉHABILITÉ



**OUVRAGES**  
FONCTIONNELS



**INDUSTRIE ET**  
ENVIRONNEMENT



**DÉVELOPPEMENT**  
IMMOBILIER



#### Chiffres Clés :

**CA**  
**350 M€**

**Collab.**  
**650**

En collaboration avec :

En partenariat avec :

# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Association Sportive de BOUYGUES = ASM

**Vocation :** Encourager / Favoriser les pratiques sportives entre collaborateurs pour développer esprit d'équipe / solidarité / qualité des relations entre collaborateurs et contribuer à la bonne santé des collaborateurs

**Organisation :** 1 Président + 1 Trésorier + 1 Secrétaire + des responsables de Section

**Effectifs :** 213 inscrits à l'ASM en 2024 sur tout le territoire pour 650 collaborateurs => 33%

**Sections :** 24 Sections réparties sur 3 régions  
Foot Salle / Golf / Padel / Squash  
Course à pieds / Surf / Escalade  
Karting / Quad / Basket / Rugby  
Natation / Challenge Ski BY / Voile  
Gym (1 salle au siège de Lormont) => Matériel + Cours collectifs



**Finances :** Budget annuel ASM = 58 K€  
Participation à hauteur de 50% des coûts dans la limite de 180 €/an/collaborateur/activité

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Autres actions de l'Entreprise en Faveur du Sport / Santé

**CSE :** 1 WE Ski / an pour les collaborateurs et leur famille

**BY Bât. France :** Challenge Sportif et Solidaire en 2024



Challenge Solidaire Nat'Action en Juin 2025



**Chantiers :** Echauffement matinal des équipes de prod. (10 mn)



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

**PROGRAMME SANTÉ EN MOUVEMENT**

**LE DISPOSITIF CARDIOBOOST**



BANQUE POPULAIRE  
AQUITAINE CENTRE ATLANTIQUE  
la réussite est en vous

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Le programme santé en mouvement Notre démarche

Consciente que la sédentarité touche tous les citoyens, BPACA souhaite continuer d'utiliser le sport et l'activité physique comme un levier de santé et bien-être à travers notamment, **le programme "Santé en mouvement"**.

Ce dernier, vise à combattre la sédentarité, à améliorer la qualité de vie, ainsi que le bien-être des collaborateurs de BPACA.

Il s'inscrit dans notre plan stratégique, Synergies 2030, et constitue le premier d'une série d'initiatives **destinées à encourager l'activité physique, que l'on soit sportif ou non**.

Une première action majeure est lancée en avril 2025 : **Cardioboost**  
BPACA est pilote de ce projet mené par le Groupe BPCE



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Cardio Boost Qu'est-ce que c'est ?

Il s'agit d'un outil accessible à tous, permettant d'évaluer la capacité cardio-respiratoire (CCR). Ce dispositif repose sur une solution technique, le cardio test, développée par une startup incubée au LAB de l'université de Grenoble, en collaboration avec le laboratoire AGEIS, spécialisé dans la e-santé.

#### Comment ça fonctionne ?

1. **Remplir un questionnaire** simple afin d'adapter le test à son profil personnel.
2. **Effectuer un test physique** consistant en des mouvements alternés du pied droit et du pied gauche sur un step, puis au sol, le tout au rythme d'un bip sonore. Ce test se déroule de manière progressive et est ajusté en fonction des sensations de la personne testée.
3. **Recevoir un bilan détaillé** ainsi qu'une évaluation de son risque pour la santé.



- 19% → une amélioration de la CCR est absolument requise
- 39% → une amélioration peut être souhaitable
- 42% → la CCR est amplement suffisante pour la santé

Un **faible niveau** de capacité cardio respiratoire peut engendrer des **risques de maladies chroniques** (diabète, maladies cardiovasculaires, cancer...)



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Cardio Boost Le déploiement

#### 1 – La conférence

Une conférence “Boostez votre capacité physique, pour vivre mieux et plus longtemps”, a été proposée à tous les collaborateurs le 10 avril 2025.

Animée par Stéphane Diagana, parrain de l'opération, elle avait pour but de sensibiliser sur le thème de la sédentarité.

Cette conférence a été organisée sur le temps de travail



**Plus de 1 000 collaborateurs connectés**  
pendant le live dont beaucoup en équipe



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Cardio Boost Le déploiement

#### 2 – Le questionnaire d'évaluation

À l'issue de cette conférence, un **questionnaire d'évaluation** a été proposé et a permis aux collaborateurs de :



Faire le point sur vos habitudes en termes de sédentarité et d'activité physique.



Obtenir un retour immédiat sur sa condition cardio-respiratoire (CCR).



Planifier, si besoin, une évaluation personnalisée avec un professionnel.

Les réponses étant strictement **confidentielles, sécurisées et anonymisées**.



cardio**boost**  
BOUGEONS, RESPIRONS, VIVONS MIEUX



**715 réponses**  
au questionnaire

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Cardio Boost Le déploiement

#### 3 – Réalisation des tests sur 4 sites centraux

Pour aller plus loin, et dans une phase de test, un « **CardioTest** » de 20 minutes est proposé aux collaborateurs quel que soit son niveau physique.

- Le 16 avril au cours de notre plénière ambassadeurs\*
- Les 12 et 13 mai à Limoges
- Le 15 mai à Dax
- Du 19 au 23 mai à Bordeaux
- Les 27 et 28 mai à Niort

\*Notre communauté d'ambassadeurs regroupe des collaborateurs chargés d'informer et d'embarquer leurs pairs sur les sujets liés à la RSE et les Nouvelles Technologies.

cardio**boost**  
BOUGEONS, RESPIRONS, VIVONS MIEUX



Les tests se déroulent en présence d'un **coach APAS** (activité physique adaptée).

**250 participants**  
aux tests

En suivant, un programme « passerelle » de remise en forme sera déployé pour 50 bénéficiaires dont l'indice CCR (condition cardio-respiratoire) est le moins favorable.

**+X** BANQUE POPULAIRE  
AQUITAINE CENTRE ATLANTIQUE

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Table ronde - 2ème partie



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Présentation d'initiatives inspirantes par des entreprises et collectivités

### Le programme « passerelle » Coaching personnalisé pendant 8 semaines

#### Collaborateurs concernés

Les 50 volontaires  
les plus éloignés de la  
moyenne requise

#### Pré-requis

- Motivation et engagement sur un planning et des objectifs
- Disposer d'un step chez soi, qui sera fourni par l'entreprise.

#### Objectifs

**3 fois par semaine** pendant  
**15 minutes** sur **8 semaines**  
→ récupération d'un niveau  
moyen de capacité cardio  
respiratoire



En collaboration avec :



En partenariat avec :





CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

6ème colloque régional SSBE

# Cocktail déjeunatoire animations sportives

## Infos animations sportives :

12h-13h : Taichi Chuan

13h-14h : Kungfu

# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS

NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 1 : Comment intégrer durablement l'APS dans les politiques QVCT ?



**Lilian PICHOT**

Professeur des universités,  
sociologue du sport et du travail  
Université de Strasbourg  
Membre fondateur de l'Observatoire  
du Sport en Entreprise

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Pause active



**CROS**  
**NOUVELLE-  
AQUITAINE**



Musique



# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



**Dominique FOURNET**

Président de la Commission Nationale  
du Sport en entreprise  
Fédération Française d'Athlétisme



**Paul NIETO**

Chargé de mission en charge de l'Athlé  
Forme Santé  
Ligue d'Athlétisme NA



**Nadine LIMOUZIN**

Vice-présidente SSBE  
CROS NA



**Amandine LECLERCQ**

Cheffe de projets  
CROS NA

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



**ATHLÉ**  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

**Lancer une démarche SPORT EN  
ENTREPRISE**  
**Comment faire ?**



**PENSER ENTREPRISE**  
**WORK'ATHLE : LA PORTE D'ENTRÉE**  
**QUELLES EXPERIENCES**

Dominique FOURNET

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



### QUI SOMMES-NOUS ?

Dans un monde où les écrans dominant nos journées et où les rythmes effrénés laissent souvent peu de place à l'activité physique, la sédentarité est devenue un **enjeu majeur de santé publique**. Pourtant, bouger n'est pas un luxe, mais une nécessité pour préserver notre santé, notre bien-être, notre énergie et notre qualité de vie.

À travers l'association de la Fresque du Mouvement, nous avons pour mission de **sensibiliser aux risques liés à l'inactivité physique et à la sédentarité** et de promouvoir des solutions concrètes et accessibles pour encourager le mouvement au quotidien.

En collaboration avec :

En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



### L'ATELIER EN RÉSUMÉ



Objectif : sensibiliser les participants aux risques liés à la sédentarité et à l'inactivité physique.



Durée : 3 heures



Public : tout public adultes



Lieu : en présentiel, partout en France



Modalités pédagogiques : atelier ludique, créatif et actif





# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



### LE CONTENU DE L'ATELIER

L'atelier se divise en trois parties :

- **Définition** : Une première partie pour définir la sédentarité et l'inactivité physique.
- **Compréhension** : Une deuxième partie sous forme de fresque permettant de comprendre les causes et conséquences de ces deux fléaux.
- **Action** : Une troisième partie mettant en avant les bienfaits de l'activité physique et du mouvement, avec une recherche collective de solutions concrètes et des engagements individuels à prendre.

L'atelier inclut au minimum deux pauses actives et fait appel à la créativité des participants.

Chaque participant repart avec un **plan d'actions papier personnalisé**.

En collaboration avec :

En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif

**CONTACT**

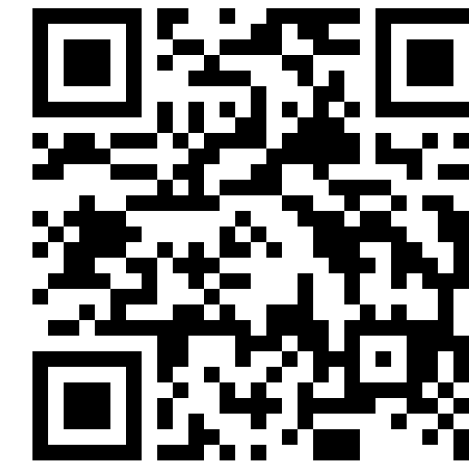


**Amandine LECLERCQ**  
ANIMATRICE

📞 06 07 10 88 25

@ AmandineLeclercq@franceolympique.com

Plus d'infos



En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail



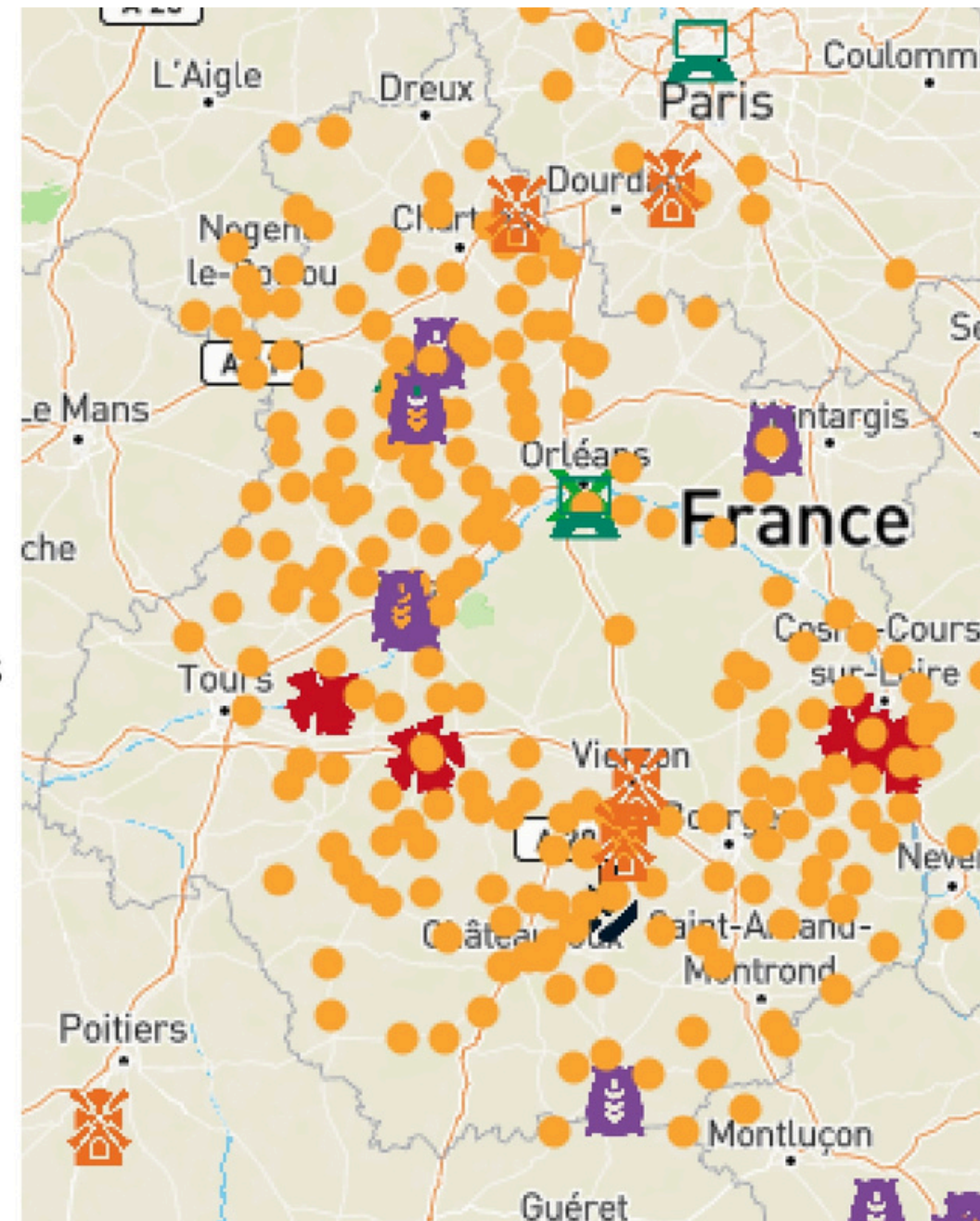
CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



**AXERREAL**  
La terre, les hommes, le futur

- Les objectifs Sport Entreprise 2017 d'AXERREAL :  
QVT – Santé au travail – Baisse de l'accidentologie-  
Esprit d'équipe -
  - Faire bouger les collaborateurs sédentaires des bureaux d'Olivet
  - Proposer une activité physique et sportive adaptée aux agents des coopératives et silos d'Axereal
  - Imaginer des éveils musculaires à la prise de poste pour réduire l'accidentologie
  - Préparation au semi-marathon annuel des coopératives agricoles



En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



**A>KEREAL**  
La terre, les hommes, le futur

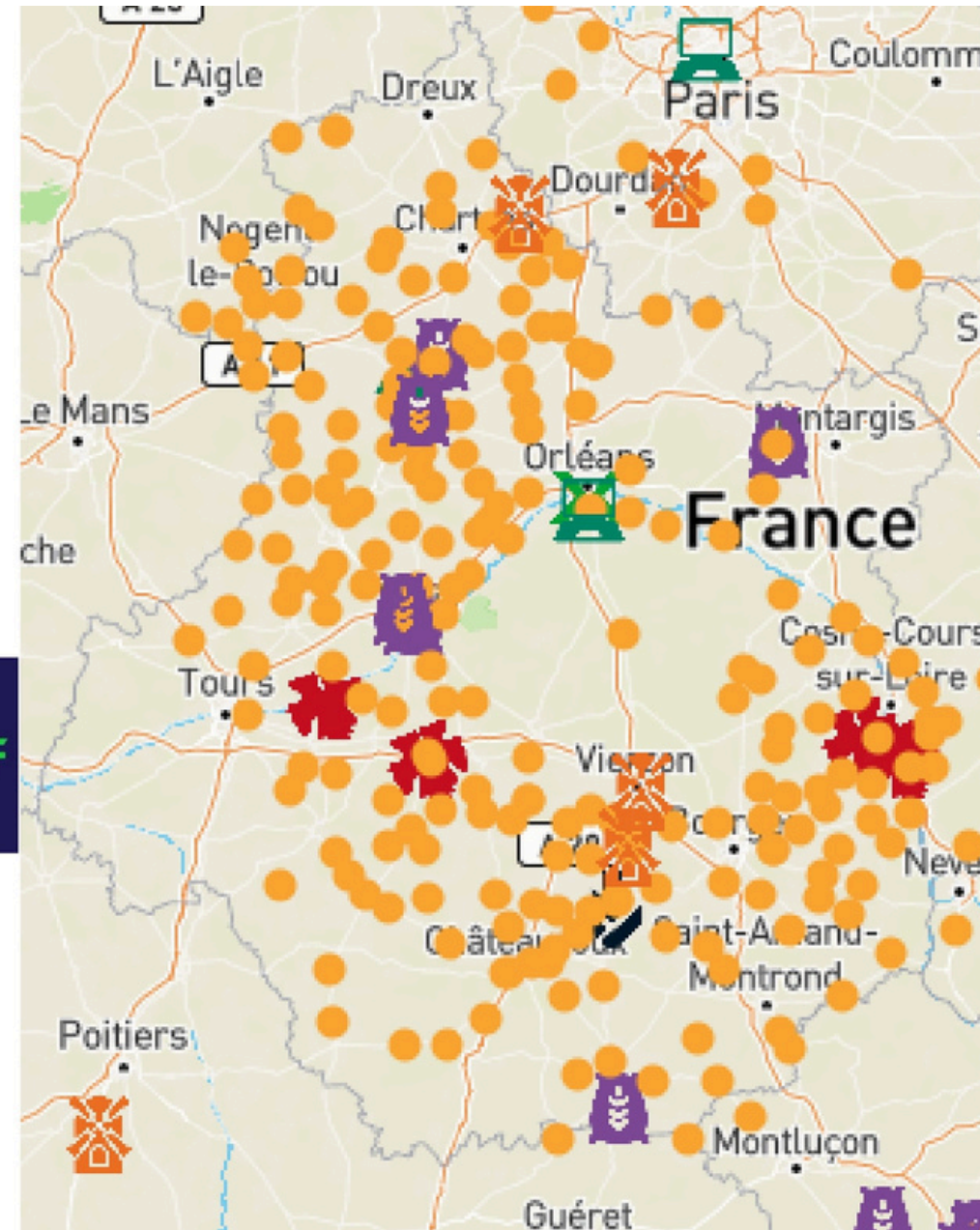
- Au bilan :

- ✓ • Plusieurs événements Diagnoform® (Olivet en 2017 et sites coopératifs)
- ✓ • 1 séance sportive chaque semaine depuis 8 ans à Olivet conduite par la Ligue puis le club local (actuellement l'ECO-CJF)

?

- Effet Diagnoform®/club local ?
- Ambassadeurs de la Forme pour éveil musculaire -> abandonné
- Lien périodique Entreprise pour développer ?  
Mini 1 point annuel

**ECO-CJF**



En collaboration avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



**DAHER**

**CAM**  
VALLÉE DU CHER-CONTROIS



Projet lancé en 2023.

Les objectifs Sport Entreprise de DAHER –Montrichard (41) :  
QVT – Santé au travail – Baisse de l'accidentologie – interactions interservices ...

- Faire bouger les collaborateurs sédentaires et des ateliers des bureaux de Montrichard
- Poser les bases d'un projet Sport-Entreprise (salle de sport ?, ...)
- Proposer une activité physique et sportive régulière et adaptée
- Imaginer des éveils musculaires à la prise de poste pour réduire l'accidentologie

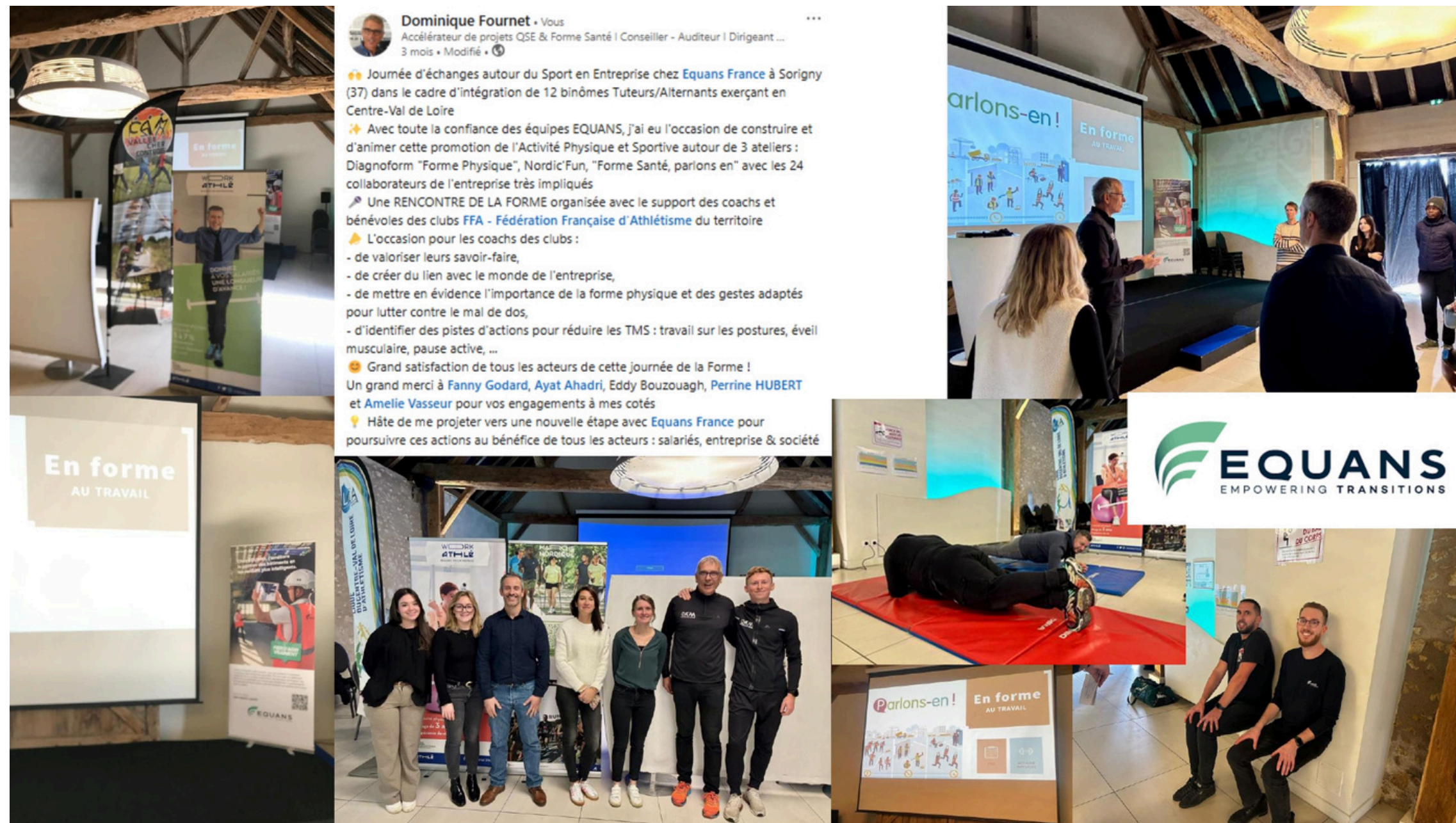
En collaboration avec :

En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



En collaboration avec :

En partenariat avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



En collaboration avec :



En partenariat avec :



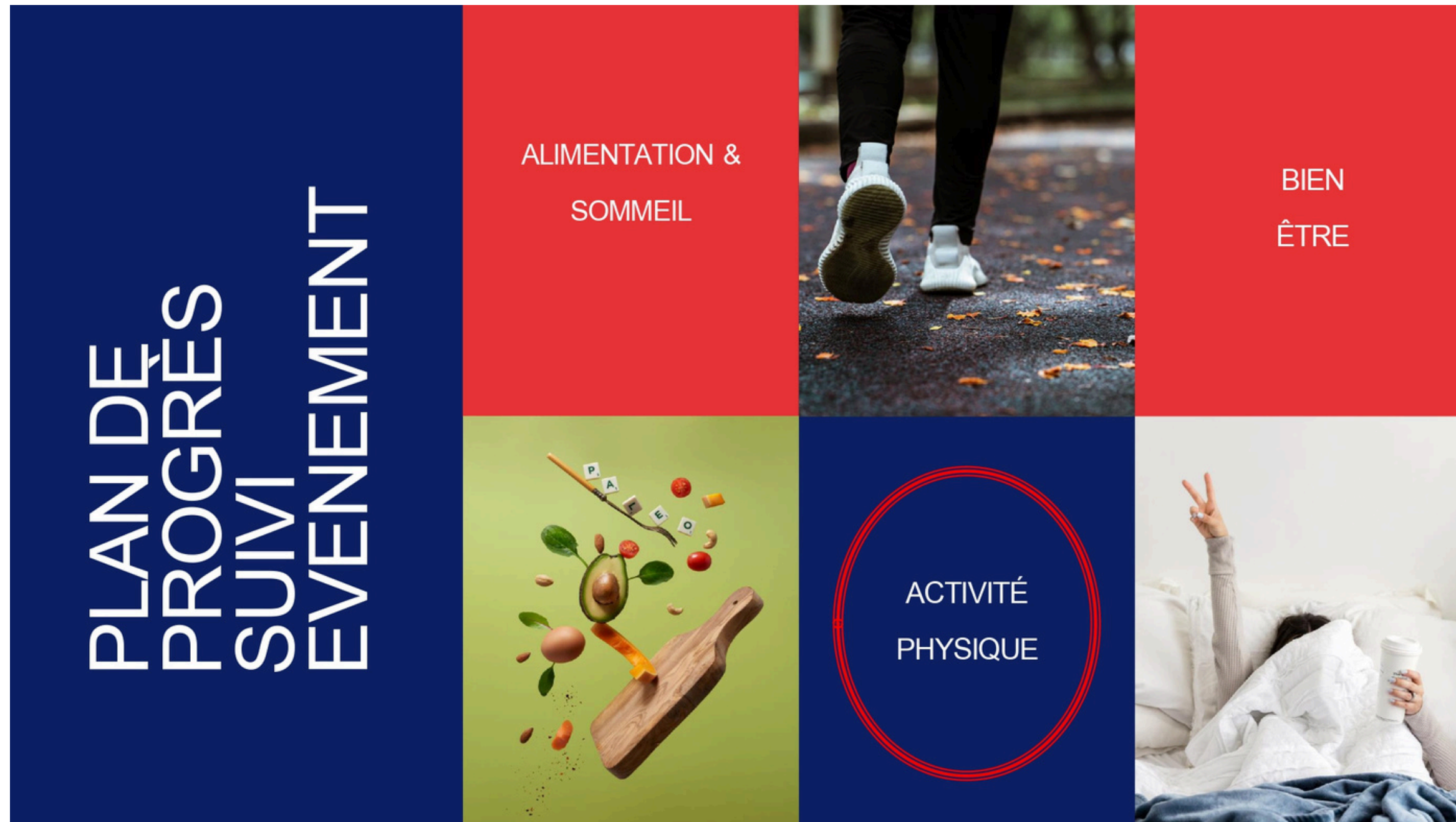


# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS  
NOUVELLE-  
AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif



En collaboration avec :



# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif

**WORK ATHLÉ**  
BOUGEZ EN ENTREPRISE

**2024 - 2025**

**Athlé  
Forme  
Santé**

Pour que vos collaborateurs deviennent acteur de leur propre forme

Vous êtes sédentaire si vous passez 7h par jour assis à votre poste de travail.

99% des entreprises déclarent que le bien-être des collaborateurs est un enjeu important pour l'entreprise.

L'activité physique diminue les pathologies chroniques

**ENTREPRISE**

**LIGUE NOUVELLE-AQUITAINE ATHLETISME**

**— Les rencontres de la forme —**

**Etat des lieux et audit de la forme**  
Cette action vise à aider l'entreprise à améliorer la forme et le bien-être des collaborateurs en trois étapes : analyse de l'existant, analyse qualitative en ligne, et plan de progression, réalisée par des experts « Forme Santé Bien-être ».

**Journée de la forme**  
Évaluation de la forme, des habitudes de vie, du bien-être des collaborateurs.

**After Works de la forme**  
Modèle réduit personnalisable d'une journée de la forme.

**Les petits déjeuners de la forme**  
Petit déjeuner équilibré, conférence, intervention de diététicien/nutritionniste.

**Echauffements avant la prise de poste**  
Réduire les accidents du travail, protéger les collaborateurs, améliorer l'attention et les capacités dès la prise de poste.

**Récupération après la prise de poste**  
Régénération des collaborateurs, habitudes de vie préventives.

**Formation Ambassadeurs de la Forme**  
Deux niveaux de formation à destination des collaborateurs, mise en place d'une stratégie forme et bien-être au sein de l'entreprise.

**Dans le cadre RSE/RSO/qualité de vie au travail**  
La Ligue vous accompagne par un suivi de la forme, des activités forme santé, des animations, des événements.

En collaboration avec :



En partenariat avec :





# Penser stratégiquement l'APS au travail



CROS

NOUVELLE-AQUITAINE

## Echange 2 : Bouger au travail, l'engagement du mouvement sportif

**WORK  
ATHLÉ**  
BOUGEZ EN ENTREPRISE

### Comment rendre vos collaborateurs plus en forme ?

Les rencontres de la Forme sont une réelle stratégie de santé, axée sur le développement de la forme et du bien-être.



### Nos activités



#### Running forme et santé

Destiné au public débutant souhaitant se remettre en forme.



#### Marche nordique

Pratique de marche dynamique en pleine nature accessible au plus grand nombre.



#### Athlé Fit

Nouvelle pratique fun et moderne, inspirée de la préparation physique générale du décathlon...



#### Remise en forme

Activité physique douce, progressive et adaptée sollicitant l'ensemble du corps.

### Les outils d'évaluations et de suivi



C'est une série de tests fiables et reproductibles évaluant les 5 qualités physiques essentielles à entretenir pour préserver durablement bien-être et santé.



Une série de 39 questions abordant les thématiques suivantes: l'alimentation, le sommeil, l'activité physique, le niveau de forme / santé et la motivation au changement.



Ce questionnaire s'inscrit dans le cadre de la thématique du Bien-Être au Travail, répondant aux besoins des entreprises. Il comporte deux dimensions :

- La mesure des manifestations du Bien-Être
- La mesure des éléments de Régulation du Bien-Être



### Vous souhaitez aller plus loin ?

Devenez partenaire d'un de nos clubs d'Athlétisme et accéder à des avantages : encadrement, formation, licences, événements, compétitions...

### Vous voulez aller encore plus loin ?

Devenez un club d'entreprise affilié à la FFA

Les avantages de l'affiliation à la FFA :

#### Un sentiment d'appartenance :

- A une éthique : l'athlétisme est le 1er sport olympique.
- Au partage des valeurs communes (loyauté, courage, combativité, rigueur, respect, dépassement de soi,...).
- A un réseau par une représentativité au niveau départemental, régional, national et international

#### L'intégration à la vie sportive fédérale :

- Donne l'accès aux compétitions officielles et championnats (départementaux, régionaux, nationaux) organisés par la Fédération.
- Permet d'avoir un classement individuel et/ou par équipe.

Un développement et projet de club.  
Un accompagnement adapté

### Nos partenaires



athleformesante@athlelana.fr  
07 60 89 00 40  
2 avenue de l'Université  
33400 TALENCE

En collaboration avec :







**CROS**  
**NOUVELLE-  
AQUITAINE**

*6ème colloque régional SSBE*

# Clôture



# Clôture



**CROS**  
**NOUVELLE-  
AQUITAINE**



**Nadine LIMOUZIN**

Vice-présidente SSBE  
CROS NA

En collaboration avec :



En partenariat avec :



# Merci à vous, et à bientôt !



Vos retours nous intéressent

## Événements à venir

- **Année 2025 :**
  - **22 novembre** : Séminaire des présidents de ligues
  - **4 décembre** : Rassemblement Service Civique
  - **18 décembre** : Soirée des bénévoles
- **Événements à venir en 2026 :**
  - **22 janvier** : Voeux au mouvement sportif



@CROSNAq



**CROS**  
NOUVELLE-  
AQUITAINE